

關於耐甲氧西林金黃色葡萄球菌（MRSA）感染的有益提示

供病患閱讀

MRSA是金黃色葡萄球菌（葡萄球菌）的一種，對一些種類的抗生素具有耐藥性。葡萄球菌是存在於健康人皮膚表面和鼻腔中的一種常見細菌。但有些時候，尤其是當皮膚上起了丘疹、癬子或有其他病損時，葡萄球菌可以造成感染。感染部位會化膿，患者還可能感到該部位發痒和發熱。葡萄球菌偶爾會造成更嚴重的感染。但如果能夠正確地識別造成感染的病原體，葡萄球菌和MRSA的感染都可以被成功治愈。

MRSA是金黃色葡萄球菌（葡萄球菌）的一種，對某些種類的抗生素具有耐藥性

葡萄球菌是怎樣傳播的？

葡萄球菌，包括 MRSA在內，都是透過皮膚的直接接觸傳播的，例如握手、角力或其他直接接觸他人皮膚的活動。接觸攜帶葡萄球菌的人使用過的東西，也可以造成其傳播，比如洗澡後共用毛巾，以及共用體育館或操場上的運動器材等。

當皮膚出現切傷、擦傷或其他破損時，葡萄球菌就會順著傷口進入體內而造成感染。如果你已經患有皮膚感染（如疼痛、腫脹的丘疹、癬子或疹病），就要特別注意不要再感染其他人。

如果我患了 MRSA皮膚感染，該怎樣治療呢？

絕大多數MRSA皮膚感染透過良好的傷口和皮膚護理就可以治愈。注意保持感染區域清潔乾燥，護理傷口後洗手，妥善處理使用過的繃帶，讓你的機體自行修復。

但有些時候感染就需要使用抗生素來治療。如果需要使用抗生素，一定要遵醫囑使用，不能擅自停藥。如果遵醫囑使用藥物幾天後，感染仍沒有好轉，就要再次聯繫你的醫生。

如何在家進行MRSA感染的護理呢？

- 用乾淨的繃帶包紮傷口，並保持繃帶清潔和乾燥，當傷口有滲出時，這點就顯得尤為重要。
- 在接觸感染的皮膚和繃帶後，要用肥皂和溫水洗手至少15到30秒，或使用以酒精或凝膠為基質的速干擦手消毒劑消毒。
- 將你使用過的敷料、繃帶和其他護理過傷口的用品裝在單獨的垃圾袋中，把口封緊，再倒入普通的垃圾中。
- 更換繃帶時，可以使用乾淨，不必消毒的一次性手套，並在用完後扔掉。
- 按照你的醫生的指示去做。如果在家護理MRSA的感染遇到了任何問題，也可以聯絡你的醫生。



如果我患了 MRSA 皮膚感染，應該怎樣避免傳染給別人呢？

1. **覆蓋你的傷口。**有滲出或內含膿液的傷口表面要覆蓋敷料，並保持敷料清潔、乾燥。按照你的醫生的要求去妥善護理傷口。傷口滲出的膿汁中可能含有葡萄球菌和 MRSA 或其他種類的細菌，因此總是覆蓋傷口將有助於阻斷感染的傳播。
2. **洗手。**你，你的家人和其他來往密切的人都應該勤洗手，每次使用肥皂和溫水或用含酒精的消毒洗手液，特別是在更換繃帶或接觸感染的傷口後，更應該仔細洗手。
3. **不要與他人共用私人用品。**避免和他人共用可能會接觸感染傷口或繃帶的物品，如浴巾、毛巾、刮鬍刀、衣服和運動服。
4. **用熱水和洗衣粉清洗被污染的襪單、毛巾和衣物，**用熱的烘乾機烘乾會比在空氣中自然風乾更有助於殺死細菌。
5. **一定要將傷口包紮好，**當你去參加有身體接觸的體育活動或其他可能會有直接皮膚接觸的活動時。
6. **保持洗手池、平台和浴盆清潔。**勤清理浴室的平台、水池、浴盆和坐便器。你的傷口、傷口滲出物和護理完傷口後的手可能接觸到的居室中的其他表面也要勤加清潔。
7. **告訴你的醫生。**當你在感染未愈的時候，每一次因其他病而就診時，都要告訴該醫生你正患有MRSA皮膚感染。感染痊愈後，也要告訴你的醫生你曾經患過MRSA的感染。
8. **如果你在住院的時候同時患有MRSA感染，**醫院會採取額外的措施以避免其他人被感染。

**經常洗手
是避免沾染和
傳播MRSA的
最好方法**

要避免MRSA感染，我最該注意的是什麼呢？

- 經常洗手是避免沾染和傳播MRSA的最好方法。經常用肥皂和溫水或消毒洗手液洗手以保持你的雙手清潔，在直接接觸了他人皮膚後更要認真洗手。
- 保持切傷和擦傷等皮膚破損的清潔，並用繃帶包紮直至傷口痊愈。
- 避免接觸其他人的傷口或繃帶。
- 避免與他人共用浴巾、毛巾、牙刷和刮鬍刀等私人物品。因為共用這些物品會導致MRSA在人群中傳播。
- 保持你的皮膚健康，在冬天時不要讓你的皮膚太乾燥，甚至皸裂。健康的皮膚可以將葡萄球菌抵擋在皮膚表面，而不會使其衝破皮膚屏障進入體內而造成感染。
- 如果你的皮膚感染後沒有好轉的趨勢，要及時聯絡醫生。

**欲了解更多關於MRSA的資訊
請訪問MDPH網站，網址是 www.mass.gov/dph**

